



## Survei Motivasi Masyarakat Kota Pekanbaru Melakukan Aktivitas Olahraga Rekreasi Melalui Program *Car Free Day* Tahun 2020

Novia Nazirun<sup>\*1</sup>, Dupri<sup>2</sup>, Sri Wahyuningsih<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Islam Riau, Kota Pekanbaru,

### Info Artikel:

Diterima:  
12 September 2021  
Disetujui:  
20 Oktober 2021  
Dipublikasikan:  
9 November 2021

### Abstrak

Latar belakang dalam penelitian ini adalah motivasi masyarakat kota Pekanbaru melakukan aktivitas olahraga melalui program *car free day*. Program ini dari kebijakan pemerintah mengadakan acara *car free day* dilaksanakan setiap hari Minggu pada Pukul 06.00 - 09.00 WIB di sepanjang Jalan Sudirman Pekanbaru. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah motivasi masyarakat Kota Pekanbaru untuk beraktivitas gerak olahraga melalui program *car free day* setiap hari Minggu. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui motivasi masyarakat kota Pekanbaru Tahun 2020 untuk beraktivitas gerak olahraga melalui program *car free day*. Penelitian kuantitatif ini menggunakan pendekatan survei. Dengan populasi yang digunakan adalah semua peserta yang hadir dalam acara *car free day* di kota Pekanbaru setiap hari Minggu berjumlah lebih dari 500 orang. Dengan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 100 responden terbagi 4 kategori usia yaitu anak-anak 20 orang, remaja 50 orang, dewasa 15 orang, serta orang tua (lansia) 15 orang. Menggunakan rumus deskriptif persentase (DP) untuk mencari jumlah sampel. Teknik pengambilan datanya menggunakan angket, dokumentasi, dan observasi. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data yang menunjukkan bahwa anak-anak (88,6%), remaja (93,2%), dewasa (96,6%) dan lansia (94,1%) dalam kegiatan *car free day* tergolong tinggi, ini terbukti dengan presentase hasil penelitian menunjukkan angka 90% dari 100 responden memiliki motivasi tinggi, sedangkan sisanya 10% responden memiliki motivasi sedang dalam kegiatan *car free day* dan 0% motivasi rendah. Kesimpulan dari penelitian ini adalah motivasi masyarakat Kota Pekanbaru untuk beraktivitas olahraga melalui program *car free day* setiap hari Minggu di Kota Pekanbaru tergolong tinggi. Saran dalam penelitian ini bagi penyelenggara yaitu untuk senantiasa meningkatkan kualitas kegiatan dengan cara memanfaatkan sekecil apapun potensi setiap instansi dan masyarakat yang ingin berpartisipasi.

### Kata Kunci:

Motivasi, Olahraga Rekreasi, *Car Free Day*

### Abstract

The background in this research is the motivation of the people of Pekanbaru city to carry out sports activities through the car free day program. This program is from the government's policy to hold a car free day event held every Sunday at 06.00 - 09.00 WIB along Jalan Sudirman Pekanbaru. The formulation of the problem in this study is the motivation of the people of Pekanbaru City to engage in sports activities through the car free day program every Sunday. The purpose of this study was to determine the motivation of the people of Pekanbaru City in 2020 to engage in sports activities through the car free day program. This quantitative research uses a survey approach. The population used is all participants who attend the car free day event in the city of Pekanbaru every Sunday totaling more than 500 people. With the number of samples used as many as 100 respondents divided into 4 age

categories, namely children 20 people, teenagers 50 people, adults 15 people, and elderly people (elderly) 15 people. Using the descriptive percentage formula (DP) to find the number of samples. The data collection technique uses a questionnaire, documentation, and observation. Based on the results of the study, data showed that children (88.6%), adolescents (93.2%), adults (96.6%) and the elderly (94.1%) in car free day activities were high. as evidenced by the percentage of research results showed that 90% of 100 respondents had high motivation, while the remaining 10% of respondents had moderate motivation in car free day activities and 0% had low motivation. The conclusion of this study is that the motivation of the people of Pekanbaru City to engage in sports activities through the car free day program every Sunday in Pekanbaru City is relatively high. Suggestions in this study for organizers are to always improve the quality of activities by utilizing the slightest potential of every agency and community who wants to participate.

---

Email:  
[novianz@edu.uir.ac.id](mailto:novianz@edu.uir.ac.id)

©2021 Authors by Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon

## PENDAHULUAN

Seiring berjalannya zaman tidak dipungkiri bahwasanya manusia akan semakin disibukkan dengan rutinitas harian kerja mereka, sehingga waktu untuk mereka melakukan olahraga, menjaga kebugaran tubuh, rekreasi bersama keluarga akan tersita bahkan tidak ada waktu untuk melakukan kegiatan tersebut. Kesibukan dalam kehidupan duniawi dalam budaya modern saat ini sering menyebabkan orang menjadi kurang gerak, disertai stress yang dapat mengundang berbagai penyakit. Dengan berolahraga adalah cara yang paling sederhana yang dapat dilakukan masyarakat untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh mereka. Menurut (Pranata & Richard Victorian, 2019) Istilah olahraga, berasal dari kata olah artinya melatih diri sendiri maupun kelompok menjadi terampil dalam melakukan gerakan sedangkan raga adalah badan jadi olahraga adalah suatu bentuk Pendidikan dalam rangka melatih individu maupun kelompok yang memanfaatkan gerakan anggota badan yang. Pengetahuan akan olahraga perlu dimiliki oleh seseorang khususnya kalangan generasi muda atau pelajar. Pentingnya wawasan mengenai olahraga akan menumbuhkan minat pada pelajar untuk melakukan kegiatan olahraga sesuai dengan kemampuan dan kegemarannya (Hamdhan Utama et al., 2021). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan salah satu kelompok mata pelajaran dalam sistem kurikulum pendidikan nasional di Indonesia. Mnurut Permendikbud No 21 tahun 2016 tentang standar isi untuk satuan pendidikan dasar dan, cakupan materi kelompok mata pelajaran dalam sistem kurikulum pendidikan nasional di Indonesia. Mnurut Permendikbud No 21 tahun 2016 tentang standar isi untuk satuan pendidikan dasar dan, cakupan materi kelompok mata pelajaran dalam sistem kurikulum pendidikan nasional di Indonesia. Meningkatkan aktivitas fisik, olahraga permainan dan kesehatan. teknik penilaianannya mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan mengacu pada tiga aspek penilaian yaitu aspek kognitif merupakan hasil belajar intelektual atau pengetahuan, afektif merupakan sikap dan psikomotor merupakan hasil belajar keterampilan peserta didik Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang teratur, terencana, terarah dan terbimbing diharapkan dapat merubah perilaku peserta didik serta dapat mencapai seperangkat tujuan yang meliputi pembinaan dan pembentukan bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani peserta didik (Teguh et al., 2021).

Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga sebagai lokomotif dalam mengembangkan pariwisata unggulan Kabupaten Tasikmalaya semestinya mampu melakukan pengembangan, namun fenomena di lapangan masih kurangnya pengembangan. Dinas Pariwisata Pemuda dan Olahraga pun dituntut untuk memiliki kelengkapan organisasi guna mampu mencapai

tujuannya untuk mengembangkan pariwisata unggulan (Saptari et al., 2021). Pariwisata olahraga yang menawarkan challenge, artinya tantangan dan kompetensi yang tidak dapat dilepas dari karakteristik dari olahraga. Pariwisata olahraga mengkombinasikan beberapa komponen diantaranya sumber daya alam dan kearifan lokal sehingga memberikan ciri khas tersendiri dan daya tarik bagi wisatawan (Sanusi, 2020). Kegiatan olahraga pariwisata memberikan pengaruh yang sangat luar biasa dalam kesejahteraan masyarakat dan membantu perekonomian negara dan sisi lain untuk pembangunan sebuah pariwisata dibutuhkan bantuan pemerintah, masyarakat dan diarahkan untuk memacu peningkatan daya saing global dan pemasukan devisa dengan upaya memajukan peningkatan daya saing globak dan pemasukan devisa dengan upaya memajukan pariwisata, antara lain melalui pariwisata olahraga yang berbasis rekreasi atau outbound. Pariwisata olahraga memberikan pengaruh yang sangat luar biasa dalam kesejahteraan masyarakat dan membantu perekonomian negara dan sisi lain untuk pembangunan sebuah pariwisata dibutuhkan bantuan pemerintah, masyarakat dan diarahkan untuk memacu peningkatan daya saing global dan pemasukan devisa dengan upaya memajukan peningkatan daya saing globak dan pemasukan devisa dengan upaya memajukan pariwisata, antara lain melalui pariwisata olahraga yang berbasis rekreasi atau outbound (Prayoga et al., 2021). Pariwisata olahraga saat ini mampu mendongkrak popularitas sebuah negara dan membuktikan bahwa Indonesia tidak kalah dengan negara lain, banyak sekali kegiatan disektor pariwisata olahraga diIndonesia. Disisi lain, pembangunan kepariwisataan memerlukan keterlibatan peran serta masyarakat, dan diarahkan untuk memacu peningkatan daya saing global dan pemasukan devisa dengan upaya memajukan pariwisata, antara lain melalui pariwisata olahraga berbasis olahraga air (water sport), karena di negeri kita ini merupakan negara kepulauan jadi sudah terbukti bahwa perairan (maritim) di Indonesia lebih luas dari pada daratan (agraris) (Yana et al., 2021).

Kegiatan masyarakat melakukan olahraga rekreasional untuk saat ini masih sangat kurang karena faktor kesadaran diri dari individu itu sendiri. Faktor lain yang menghambat masyarakat untuk melakukan olahraga rekreasi adalah mengenai fasilitas yang tidak tersedia dan kurang memadai untuk mendukung kegiatan tersebut. Indonesia sarana dan prasarana mempunyai masalah yang sama, yaitu kurangnya tempat dan fasilitas untuk melakukan kegiatan tersebut termasuk di kota Pekanbaru. Dari hasil pengamatan peneliti mengenai sarana dan prasarana yang ada di kota Pekanbaru pemerintah hanya menyediakan gor-gor atau lapangan dengan olahraga tertentu saja, sehingga masyarakat yang lain hanya terfokus untuk melakukan kegiatan olahraga itu saja. Dengan adanya keterbatasan fasilitas yang ada, maka pemerintah melaksanakan kegiatan *car free day*. Ini adalah bentuk dari salah satu peran pemerintah dalam melakukan kegiatan olahraga rekreasi. *Car free day* adalah salah satu kebijakan kendaraan bermotor dilarang melintasi suatu jalan utama dalam suatu Kota yang sedang menyelenggarakan *car free day* di jam tertentu sesuai dengan kebijakan masing-masing Kota penyelenggara untuk memberikan ruang umum bagi masyarakat untuk melakukan aktifitas olahraga yang sesuai dengan prinsip olahraga yaitu mudah, murah, aman, menyenangkan dan menyehatkan seta tanpa mengeluarkan biaya. Pelaksanaan *car free day* di Pekanbaru sendiri dilakukan pada setiap hari Minggu pukul 06.00-10.00 WIB. Di Kota Pekanbaru tidak terlepas dari masalah-masalah yang melatarbelakangi, salah satu permasalahannya adalah sebagai alternatif untuk memberikan ruang gerak masyarakat guna dimanfaatkan sebagai tempat melakukan aktifitas olahraga.

## METODE PENELITIAN

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pengumpulan data dan sampel. Instrument penelitian yang digunakan adalah survei. "Survei ialah merupakan studi yang bersifat kuantitatif yang digunakan untuk meneliti gejala suatu kelompok atau perilaku individu". Pada umumnya survei menggunakan kuisioner untuk mengumpulkan data. "Angket atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh

informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ingin diketahui” (Suharsimi, 2010). Populasi adalah keseluruhan objek penelitian baik terdiri dari benda yang nyata, abstrak, peristiwa ataupun gejala yang merupakan sumber data dan memiliki karakter tertentu dan sama”. “Populasi secara kuantitatif jumlahnya cukup besar sering tidak mungkin untuk dijangkau seluruhnya. Kendalanya antara lain terbatasnya dana, waktu dan tenaga disamping hasilnya belum tentu objektif” (Suharsimi, 2010)

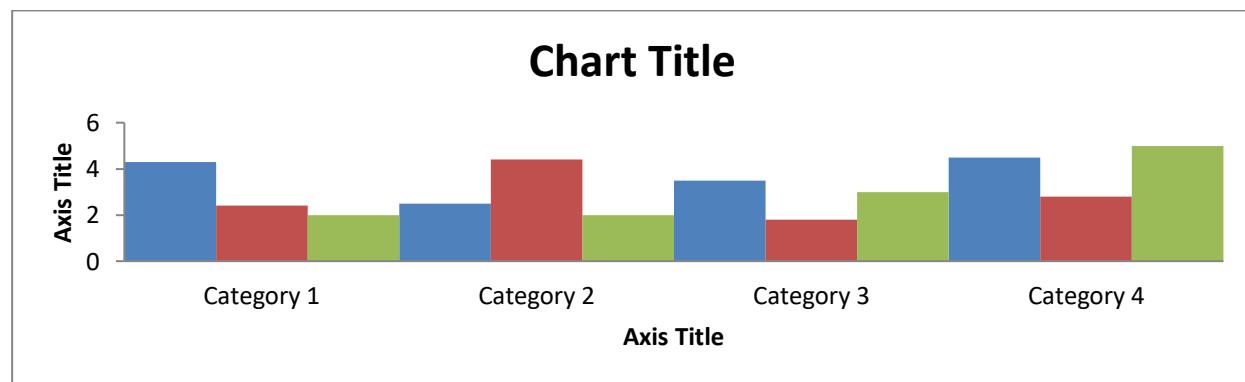
Angket atau kuisioner adalah sejumlah petanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui. Kuesioner dipakai untuk menyebutkan metode maupun instrument, jadi dalam menggunakan metode angket atau kuisioner instrument yang dipakai adalah angket atau kuisioner” (Suharsimi, 2010). Dalam penelitian ini penulis meneliti bagaimana motivasi masyarakat kota Pekanbaru melakukan aktifitas olahraga melalui program *car free day*. Penelitian ini dilaksanakan setiap hari Minggu pukul 06.00-09.00 WIB di sepanjang jalan Sudirman. Tapi dengan adanya keterbatasan dalam penelitian bahwasanya pada masa pandemi *covid-19* ini pemerintah menutup kegiatan *Car Free Day* hingga kini dan penelitian dilakukan di Stadion Utama Riau. Sampel dalam penelitian ini dari anak-anak hingga lansia yang berjumlah 100 orang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana motivasi masyarakat Kota Pekanbaru untuk beraktivitas olahraga rekreasi melalui program *car free day* setiap hari Minggu di kota Pekanbaru. Maka data yang diperoleh dari pengisian kuesioner yang telah dibagikan peneliti selanjutnya akan dianalisis secara deskriptif persentase. Berdasarkan hasil data menggunakan rumus deskriptif persentase dari kuesioner survey motivasi masyarakat Kota Pekanbaru untuk beraktivitas olahraga melalui program *car free day* setiap hari minggu di golongkan dalam 3 kategori hasil, seperti yang tercantum dalam tabel berikut :

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Motivasi Masyarakat Kota Pekanbaru Untuk Beraktivitas Olahraga Melalui Program Car Free Day**

Interval	Keterangan	Frekuensi	Percentase
77,8%-100%	Tinggi	90	90%
55,6%-77,8%	Sedang	10	10%
33,3%-55,6%	Rendah	0	0%
Jumlah		100	100%



**Gambar 1. Motivasi Masyarakat Kota Pekanbaru Untuk Beraktivitas Olahraga Melalui Program Car Free Day**

**Tabel 2. Kategori Motivasi Masyarakat Kota Pekanbaru Untuk Beraktivitas**

### **Olahraga Melalui Program *Car Free Day* sesuai usia**

Usia	Golongan	Persentase	Kategori
≤ 15 Tahun	Anak-anak	88,6%	Tinggi
16-25 Tahun	Remaja	93,2%	Tinggi
26-50 Tahun	Dewasa	96,6%	Tinggi
≥ 50 Tahun	Lansia	94,1%	Tinggi

Dari hasil penelitian di atas yang telah dilaksanakan pada hari Minggu 25 Juni 2020 dengan menggunakan metode angket didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa secara umum mayoritas motivasi masyarakat kota Pekanbaru untuk beraktivitas olahraga melalui program *care free day* yang dilaksanakan setiap hari minggu di sepanjang area Jalan Sudirman masuk dalam kategori yang tergolong tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan nilai hasil persentase dari 100% terdapat sebesar 90% masyarakat mempunyai motivasi yang tinggi untuk berolahraga didalam kegiatan *car free day*, 20% menunjukkan motivasi masyarakat sedang untuk berolahraga dalam acara *car free day*, serta 0% menunjukkan bahwa masyarakat yang mempunyai motivasi yang rendah terhadap kegiatan *car free day* tidak ada.

Munculnya perbedaan hasil angka 90%, 20%, serta 0% yang menunjukkan tingkatan minat motivasi msayarakat kota Pekanbaru adalah sebuah perhitungan dari data masuk yang di dapatkan melalui angket dari bermacam-macam responden yang hadir dengan 4 kategori usia yang sudah di tentukan, yaitu anak-anak =15 tahun, remaja 16-25 tahun, dewasa 26-50 tahun, serta orang tua =50 tahun.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diatas menerangkan bahwa kegiatan *car free day* yang di adakan di Kota Pekanbaru sangat mempunyai banyak manfaat serta kegunaan. Baik dari segi lingkungan, ekonomi, sosial, serta fisik bagi pemerintah Kota Pekanbaru. Disamping hal-hal positif yang ada dengan penyelenggaraan *car free day* di Kota Pekanbaru terdapat juga hambatan-hambatan dalam penyelenggaraan *car free day*. Hambatan-hambatan yang terjadi dalam kegiatan *car free day* di kota Pekanbaru diantaranya adalah dengan masih banyak masuknya pengguna kendaraan bermotor yang menerobos penghalang area untuk masuk dan lewat melalui area *car free day*. Adanya hal lain yang masih kurang dalam penyelenggaraan *car free day* adalah kurangnya apresiasi yang dilakukan penyelenggara *car free day* kepada pengunjung yang berpartisipasi dengan salah satu kegiatan adalah dengan mengadakan lomba bagi masyarakat yang hadir dalam kegiatan *car free day* dengan sebuah hadiah atau penghargaan karena telah ikut berpartisipasi mengisi acara *car free day*.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Hamdhan Utama, F., Cholid, A., Studi Pedidikan Jasmani, P., & Pascasarjana, P. (2021). Pengembangan Media Sport Card Untuk Pengetahuan Cabang-Cabang Olahraga. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1), 38–45. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4420441>

Pranata, D., & Richard Victorian, A. (2019). Pengembangan Model Aplikasi Tes Fisik Cabang Olahraga Bola Voli Pada Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar Daerah (PPLPD) Kabupaten Musi Banyuasin. In *Physical Education, Health and Recreation* (Vol. 3, Issue 2). <https://doi.org/10.24114/PJKR.V3I2.12987>

Prayoga, D., Wahjoedi, W., & Semarayasa, I. K. (2021). PERSEPSI WISATAWAN TENTANG PARIWISATA OLAHRAGA DI MIRAH FANTASIA DESA LATENG KABUPATEN BANYUWANGI. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 9(1), 11–17. <https://doi.org/10.23887/JJP.V9I1.36648>

Sanusi, R. (2020). ANALISIS POTENSI PARIWISATA OLAHRAGA BERBASIS SUMBER

DAYA ALAM DI KAB. KARIMUN PROVINSI KEP. RIAU. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.26418/JILO.V3I1.34999>

Saptari, D., Susanti, E., & Suprayogi, Y. (2021). KAPASITAS ORGANISASI DINAS PARIWISATA PEMUDA DAN OLAHRAGA DALAM MENGEMBANGKAN PARIWISATA UNGGULAN KABUPATEN TASIKMALAYA. *JANE - Jurnal Administrasi Negara*, 13(1), 30–35. <https://doi.org/10.24198/JANE.V13I1.28701>

Suharsimi, A. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. rev. ed.* PT. Rineka Cipta.

Teguh, A., Sp, P., Sukendro, S., & Haryanto, H. (2021). PENGEMBANGAN VIDEO PEMBELAJARAN ATLETIK PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA BERBASIS ANDROID. *JURNAL MANAJEMEN PENDIDIKAN DAN ILMU SOSIAL*, 2(1), 301–309. <https://doi.org/10.38035/jmpis.v2i1>

Yana, I. G., Astra, I. K. B., & Suwiwa, I. G. (2021). Persepsi Wisatawan terhadap Potensi Pariwisata Olahraga Wahana Canyoning. *Indonesian Journal of Sport & Tourism*, 3(1), 26–34. <https://doi.org/10.23887/IJST.V3I1.35432>